

МЕНЮ

Наименование блюд	Вес блюда	пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта
		белки	жиры	углеводы		
Завтрак (7 - 11 лет)						
Помидор свежий дольками	65	0,70	0,13	3,32	16,52	ТТК 67
Сыр порционно	15	3,67	3,44	0	46,43	ТТК 10
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	ТТК 5
Макаронные изделия отварные цветные	200	6,19	4,12	36,80	220,44	ТТК 5
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 6
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 6
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 6
Итого за день:	630	22,12	21,91	70,38	553,4	
Стоимость питания, руб:						166,0
Обед (7 - 11 лет)						
Огурец свежий	100	0,78	0,10	3,43	15,61	ТТК 67
Говядина отварная для I блюд	25	3,41	2,43	0,21	36,04	ТТК 6
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	ТТК 63
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	ТТК 5
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	ТТК 5
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	ТТК 62
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 6
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 6
Итого за день:	925	33,08	30,99	146,28	952,05	
Стоимость питания, руб:						248,0
Льготное питание I смена (7 - 11 лет)-завтрак						
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	ТТК 67
Сыр порционно	25	6,12	5,73	0	77,38	ТТК 10
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	ТТК 5
Макаронные изделия отварные цветные	210	6,50	4,33	38,64	231,47	ТТК 5
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	ТТК 6
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	ТТК 6
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	ТТК 6
Итого:	670	25,10	24,45	73,24	600,46	

Льготное питание I смена (7 -11 лет)-Обед						
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,83	
Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,12	21,62	
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	
Итого:	910	31,67	30,01	146,02	936,85	
Итого за день:	1 580	56,77	54,46	219,26	1 537,31	
Стоимость питания, руб:						
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Обед						
Огурец свежий	95	0,74	0,09	3,26	14,83	
Говядина отварная для I блюд	15	2,04	1,46	0,12	21,62	
Суп гороховый с зеленью	250	4,86	2,66	25,86	111,2	
Каша гречневая с филе индейки	250	12,92	15,67	56,93	458,73	
Блинчик с молоком сгущенным вареным	50	7,23	9,60	15,17	177,55	
Компот из смеси сухофруктов (вит.50)	200	0,49	0,03	21,64	40,92	
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	
Итого:	910	31,67	30,01	146,02	936,85	
Льготное питание II смена (7 -11 лет)-Полдник						
Помидор свежий дольками	85	0,92	0,17	4,34	21,6	
Сыр порционно	23	5,63	5,27	0	71,19	
Сосиски отварные	100	7,98	13,68	0	129	
Макаронные изделия отварные цветные	210	6,50	4,33	38,64	231,47	
Чай с сахаром	200	0,19	0,04	7,22	29,01	
Хлеб пшеничный из муки в/с	25	1,72	0,25	12,01	58	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	25	1,67	0,25	11,03	54	
Итого:	668	24,61	23,99	73,24	594,27	
Итого за день:	1 578	56,28	54,00	219,26	1 531,12	
Стоимость питания, руб:						